

# Emmanuel Piquet : "J'apprends aux enfants à riposter"

mardi 26 septembre 2017

**Le dernier livre d'Emmanuelle Piquet, "Le harcèlement scolaire en 100 questions", est sorti le 31 août dernier.**

**La psychologue française fournit un outil très concret pour lutter contre le harcèlement scolaire, un sujet qu'elle étudie depuis plus de 10 ans.**

**(Voir en note sa biographie)**

## Sommaire

- [Son actualité](#)

Il est rare que je sois aussi massivement d'accord avec un texte d'intervenant scolaire. C'est le cas avec l'interview d'Emmanuelle Piquet. Mon expérience de suivi des enfants "souffre-douleur" à l'école - on parle aujourd'hui plutôt de harcèlement - m'a appris qu'il est plus souvent utile de "confronter" l'enfant victime et de l'aider à exercer son pouvoir personnel, que de s'occuper du persécuteur. Certes, souvent, celui-ci manifeste par son comportement un problème affectif personnel, mais il ne sert souvent pas à grand chose de le menacer, de le sanctionner, de stigmatiser son comportement, ce qui peut au contraire accentuer son harcèlement. J'ai rencontré des familles où de tels comportements abusifs étaient valorisés par l'un ou l'autre des parents, très fiers de voir leurs rejetons déployer leur agressivité.

Donc, il vaut mieux s'occuper de l'enfant qui subit (sans oublier ceux qui regardent, sont au courant et se taisent, jouant même parfois un rôle de caisse de résonance - mais cela, ça concerne la gestion des classes et des groupes au sein de l'école).

J'ai maintes fois constaté que ces enfants manquaient de moyens de se défendre, et souvent parce qu'ils vivaient dans un milieu trop protégé ou surprotégé. Laisser intervenir les parents à la place de l'enfant, comme le dit si bien Emmanuelle Piquet, ne va que renforcer sa fragilité..

Alors, bienvenue à ses conseils. En attendant que j'en sache plus après avoir lu son ou ses livres.

M.S.

---

Entretien de Monique Baus, La Libre, le dimanche 17 septembre

Vous publiez un nouveau livre sur le harcèlement à l'école. Ce n'est pas le premier. Ce problème figure de plus en plus au cœur des préoccupations de tout le monde y compris des parents. N'en fait-on pas trop ?

Vous avez raison, il y a un effet secondaire peu bénéfique : les enfants de parents inquiets sont fragilisés. Or, c'est précisément cette faiblesse dans leurs capacités relationnelles qui les rend vulnérables face à d'éventuels harceleurs. L'autre effet pervers, c'est que le harcèlement devient une sorte de 'mot-valise' dans lequel on met un peu de tout. Cela étant, s'il est vrai qu'on en parle beaucoup, c'est généralement

pour faire de la prévention. On explique comment être gentils avec les autres, comment avoir de l'empathie, faire de la communication non violente, etc. En revanche, on ne fait pas grand-chose pour résoudre le problème lorsqu'il advient. Nous sommes les seuls en Europe à avoir modélisé une façon d'intervenir pour rendre plus forts les enfants vulnérables.



Avant d'aller plus loin, revenons sur ce qu'est le harcèlement scolaire. Il en existe un paquet de définitions. Y a-t-il des choses qui vous dérangent dans les explications qui circulent ?

D'abord, quand j'entends des spécialistes dire qu'il s'agit d'une série de 'petites brimades', je suis choquée. Il n'y a pas de petites brimades, de petites moqueries, pour celui qui en est la cible. Il faut donc retirer le mot 'petit' de toutes les définitions ! Ensuite, je suis gênée par le fait qu'une dimension très importante est niée dans la plupart des définitions : c'est l'isolement. Or un enfant isolé souffre d'un désarroi infini. Nous dirons donc que le harcèlement est un ensemble de relations redondantes qui génèrent une extrême souffrance chez un enfant ou un ado.

Comment voir la différence entre ce qu'on met à tort dans le mot-valise 'harcèlement', comme vous dites, et ce qui en est vraiment ?

Dans le harcèlement, il y a toujours une escalade complémentaire : concrètement, le harceleur est dans une position de plus en plus forte et le harcelé, de plus en plus faible, recroquevillé. Ce n'est pas la même chose qui se passe lorsqu'il y a escalade symétrique, comme dans une guerre de chefs ou de clans, où c'est tantôt l'un, tantôt l'autre qui a l'avantage.

Qu'est-ce qui augmente : le nombre de dénonciations de faits de harcèlement ou les cas eux-mêmes ?

C'est évidemment très difficile à dire. Nous avons, en France, les 'enquêtes de victimation' qui interrogent les enfants mais elles sont trop récentes pour donner de vrais enseignements. Je pense que la souffrance a toujours existé dans les cours de récréation. Mais il y a eu une libération de la parole et on a décidé que ce n'était plus admissible.

Vous dites dans votre livre que le harcèlement se développe là où on le lui permet. C'est pourquoi votre méthode consiste à renforcer l'autonomie des enfants vulnérables. Mais les victimes et leurs familles acceptent-elles facilement que ce soit encore à elles d'agir ?

Certaines familles peuvent mal le prendre en effet. Une chose est sûre : faire intervenir les adultes ou punir le harceleur ne sert à rien. La sanction risque même d'aggraver les choses. Ce que nous proposons, par contre, ça marche. Comment procédons-nous ? D'abord, nous accueillons toute la souffrance de l'enfant et de ses parents avec le maximum d'empathie. Ensuite, la réponse à ce qui se passe doit être relationnelle. J'apprends donc aux enfants à riposter. La technique de 'boomerang verbal' va permettre que, pour une fois, le harceleur tombe sur un os et se fasse mal, grâce à 'une flèche' envoyée par sa

victime. L'idée est que cette dernière change de posture ('faire un 180 degrés') et agisse pour se faire respecter. L'enfant doit accepter l'attaque et en jouer. Comme avec l'aïkido, il va se servir de ce qui est envoyé. Notez que, dans le même temps, c'est très bon pour le harceleur de rencontrer subitement cette résistance. On ne peut pas laisser croire à un enfant qu'il sera tout-puissant toute sa vie et qu'il va pouvoir humilier les faibles sans conséquences ! C'est comme pour un petit enfant qui tire la queue de son chat et l'embête pendant un temps, jusqu'au jour où le chat le griffe. Il fait alors un apprentissage concernant tous les chats. De la même manière, l'enfant harceleur qui tombe sur un os y pensera la prochaine fois qu'il croquera un enfant plus faible. C'est bon aussi pour les enfants témoins qui apprennent qu'on n'est pas fort ni faible toute sa vie.

Un enfant fragilisé, qui a peur, y arrive-t-il facilement ?

C'est notre job de l'y aider. Avec lui, on va dérouler le film précis de comment les choses se sont passées pour convenir, ensemble, de ce que lui devra faire. Parfois, il suffira de soutenir le regard. D'autres fois, ce sera autre chose, une réplique. Mais très souvent, le fait même d'envisager un scénario avec l'enfant harcelé modifie déjà sa posture, lui qui, la plupart du temps, ne pense même pas pouvoir faire quoi que ce soit. Ensuite, quand la réplique est trouvée, on va s'entraîner en séance parce qu'on ne veut pas qu'il tremble quand il lancera sa flèche.

Et, donc, il y a des résultats ?

Mieux : le plus souvent, l'enfant avec qui on a élaboré une stratégie ne la met pas en place parce que le harcèlement s'arrête avant. Son attitude qui a changé décourage le harceleur.

Vous n'apprenez tout de même pas à l'enfant à être violent ?

Rien à voir. Cette tactique ne peut fonctionner que s'il y a attaque. Elle se base même sur l'attaque pour apprendre à l'enfant comment résister et se faire respecter.

Les flèches que vous préparez avec les enfants dont vous vous occupez sont néanmoins parfois très blessantes.

Oui, mais on est bien d'accord qu'il s'agit de situations de grande souffrance sur une longue durée. La stratégie sera proportionnelle à ce qui a été subi.

Le risque de harcèlement concerne-t-il tous les enfants ?

Certains enfants possèdent naturellement de quoi éloigner le potentiel harceleur. C'est le cas de ceux qui ont de l'humour ou pratiquent l'autodérision. On va essayer une fois de les ennuyer, en vain, donc on ne reviendra pas.

Votre méthode demande que le problème soit reconnu, y compris par les établissements scolaires. Ne rencontrez-vous jamais de déni ?

Si, bien sûr. Mais je suis formelle : aucune école ne peut dire : 'Chez moi, cela n'arrive pas'.

Une dernière question de parent : comment déceler ce qui se passe et savoir quoi faire ?

L'enfant ne parle pas de ce qu'il subit à ses parents. Il ne veut pas leur faire de mal, il a honte et il a peur qu'on fasse pire que mieux. Il a raison : c'est une mode assez adulte d'intervenir dans des choses pour lesquelles on n'est pas compétent, par exemple les relations entre enfants. Si l'adulte intervient, il risque de cristalliser l'escalade complémentaire dont je parlais précédemment en renforçant l'impression de puissance du harceleur qui voit que sa victime ne peut pas se défendre seule. Le mieux est d'en parler. En promettant à son enfant que, si quelque chose arrive et qu'il en parle, vous ne ferez rien sans son accord.

[Entretien Monique Baus](#)

---

## Son actualité

Fondatrice des centres 'Chagrin scolaire' et 'A 180 degrés' (France, Belgique, Suisse), elle ne se contente pas de prévenir et d'écouter, mais elle incite les enfants victimes de harcèlement à passer à l'action. Sa méthode est la première modélisée en Europe pour répondre à la problématique. Elle en parle dans ses ouvrages et ses nombreuses conférences dont plusieurs en format court sont [visibles](#) sur Internet.

Infos : [souffrance-scolaire.com](http://souffrance-scolaire.com)

**Son livre : 'Le harcèlement scolaire en 100 questions'**, Tallandier, 31 août 2017, 14,90€

Et, précédemment, sur le même sujet :

'Te laisse pas faire ! Aider son enfant face au harcèlement à l'école' (Payot, 2014), 'Faites votre 180 degrés !' (Payot, 2015), 'Je me défends du harcèlement' (Albin Michel, 2015). Voir aussi [une de ses conférences TedX sur Youtube...](#)

Voir aussi [l'article de l'Obs : "Harcèlement, cette femme apprend aux enfants à riposter"](#)

---

## P.-S.

### Biographie

**6 mai 1969.** Emmanuelle Piquet est née à Lyon (France). Aujourd'hui, elle vit en Saône-et-Loire. Elle est mère de 4 enfants et partage son temps entre ses consultations, ses formations et l'écriture. Elle est l'auteur de nombreux livres, notamment sur le harcèlement.

**2008.** Cette année-là, elle quitte le monde de l'entreprise où elle travaillait comme DRH. *'J'ai vu plein de gens souffrir au boulot pour des histoires relationnelles'*, nous confie la psychopraticienne, licenciée en psychologie et diplômée en thérapie brève. *'Comme j'ai constaté qu'aucune solution relationnelle n'était mise en place pour les aider, je me suis inscrite à une formation de l'école Palo Alto en France avec l'idée d'utiliser la thérapie brève avec cet objectif. Ensuite, j'ai commencé à consulter et des enfants sont rapidement arrivés avec des histoires de souffrance à l'école.'* Emmanuelle Piquet est fondatrice des centres 'Chagrin scolaire' (consultations et formations en lien avec la souffrance scolaire) et 'A 180°' (consultations générales) où exercent des thérapeutes formés à sa méthode de thérapie brève.

**2015.** Elle est à l'origine de la création du diplôme universitaire 'Traiter les souffrances en milieu scolaire et périscolaire' mis en place par l'Université de Bourgogne, il y a deux ans.